



Op de thee bij Veerle Stoffels

Sinds maart ligt het 224 pagina's tellende boek *Puur Thee* van Veerle Stoffels in de winkel. Daarin beschrijft ze hoe verschillende soorten thee tot stand komen en hoe je die het beste klaarmaakt. Een boek voor zowel beginnende als regelmatige theedrinkers.

© Tine De Wilde

Veerle Stoffels opent de deur en leidt ons binnen in de wereld van de thee. Ik krijg meteen een kopje thee aangeboden in een leuk glaasje. 'Ik schenk je wat Zuid-Afrikaanse honeybush in', vertelt Veerle. We zijn vertrokken voor een interessant gesprek over de drank waar Veerle van houdt.

'Hier thuis zijn we bewust bezig met gezond leven. Toen de vriendjes van onze zoon kwamen ravotten, kregen ze honger en dorst. Vermits wij geen frisdrank in huis hebben, bood ik hen een kop thee aan. Nooit had ik gedacht dat kinderen van amper zes jaar thee zo zouden appreciëren, maar de volgende keren vroegen ze zelf of ik weer lekkere thee had. Even later bleven ook de ouders hangen om diezelfde reden.' En nog later belden mensen Veerle op om te vragen of ze langs mochten komen voor een kop thee. 'Ik realiseerde me dat ik mensen plezier deed met thee, en dat het misschien tijd was om me daar meer in te verdiepen. Ik ging aan het schrijven, waardoor ik steeds weer nieuwe vragen tegenkwam.' Veerle volgde workshops, ging praten met experts en importeurs, en

verdiepte haar kennis. 'Die kinderen hebben misschien wel de onschuldige aanzet gegeven omdat ze zo enthousiast waren en zo veel vragen stelden over de thee', lacht ze.

Met liefde gemaakt

In 2013 diende Veerle haar manuscript in bij Uitgeverij Lannoo. In november vorig jaar werd gestart met het boek. Het was het begin van enkele drukke maanden. 'Het maken van de foto's nam veel tijd in beslag. En omdat schrijven niet mijn ding is, herschreef een redactrice mijn teksten. We zaten uren samen, zoekend naar de juiste manier om alles te vertellen. Elke keer had ik een thermos thee mee, en de redactrice 'wilde wel eens proeven'. Tijdens onze laatste sessie had ze zelf thee gezet die ze was gaan kopen in de natuurwinkel, een prachtig moment', lacht Veerle.

Veerles passie voor thee werkt dan ook aanstekelijk. Ze haalt tijdens het interview verschillende soorten thee uit de kasten om me te laten ruiken en voelen, en ze blijft mijn kop gewillig bijvullen met honeybush. Lekker!

EN

A cup of char with Veerle Stoffels

Puur Thee (Pure Tea), a 224-page book by Veerle Stoffels, describes how the different types of tea are produced and the best way to prepare them. Available in the shops since March, the book was written with both beginners and regular tea drinkers in mind. Her book is innovative because most other works on the subject of tea cover only one specific kind.

'I learned in the Netherlands how each dish is paired with a specific tea. People are pleasantly surprised by the delicious combinations. A chocolate dessert with black Asian tea, a fruit dessert with a fruity flavoured camellia tea. For fish I like to have a camellia tea, as it is grown close to the ocean and therefore has a hint of a salty taste.' Veerle's book also features a few recipes for making delicious tea cocktails and deserts.

‘Thee schenken is symbolisch’, vindt ze. ‘Als iemand langskomt om te praten kan je limonade geven, maar als je een lekkere kop thee zet, breng je meteen een andere sfeer. Een kopje thee dat je met liefde maakt, wordt ook met liefde opgedronken.’

Pure thee

In *Puur Thee* legt Veerle uit welke soorten thee er bestaan. Haar boek is vernieuwend vermits de meeste boeken het maar over één specifieke soort thee hebben. ‘Camelliathee is maar één van de vele soorten’, begint ze. ‘Die wordt in Azië gedroogd in de wok of oven, en in Japan wordt die gestoomd. Naast camelliathee bestaan er nog andere aftreksels die wij ook thee noemen. Zo heb je Zuid-Afrikaanse rooibos, een zeer gegeerde thee. De honeybush is minder bekend, maar is enorm lekker en puur. Yerba mate is een thee die uit Zuid-Amerika komt. Hij bevat heel veel ‘mateïne’ (cafeïne) en heeft een sterke smaak. Er zijn

ook verschillende soorten kruiden- en vruchtenthee.’

Veel camellia-, rooibos- en yerba matesoorten worden bij ons gearomatiseerd, door het toevoegen van fruit, kruiden, bloemen of aroma’s. Synthetische aroma’s zijn niet alleen ongezond, ze smaken ook te sterk. Natuurlijk gearomatiseerde thee is wel goed. ‘Koop best losse thee, en dan nog liefst de full leaves, de heel gebleven blaadjes. Die is duurder, maar veel lekkerder. In de theewinkel kan je perfect vragen welke thee gezond gearomatiseerd is.’

Wil je eens thee proeven, maar weet je niet waar je moet beginnen? De bestsellers volgens Veerle zijn de groene thee met munt, jasmijnthee en earl grey. Drink je al langer thee en wil je een minder bekende thee proberen, dan moet je beslist eens een honeybush proberen.

Thee zetten, een kunst

‘Een waterconsulente vertelde dat je qua smaak en gezondheid beter mineraalarm water gebruikt in plaats van kraantjeswater. Bovendien mag het water niet koken.’ In het boek lees je hoe lang Veerle elke soort thee laat trekken en hoe warm het water moet zijn.

Thee zit vol heilzame stoffen. De vitaminen en mineralen in thee zijn van organische oorsprong en worden goed opgenomen door het lichaam. ‘De meest geprezen heilzame stoffen in groene en witte thee zijn de catechines, die onder andere het cholesterolgehalte verlagen, beschermen tegen ouderdomsverschijnselen en het immuunsysteem ondersteunen. Koffie bevat drie keer meer cafeïne dan thee, en de theïne wordt vertraagd afgegeven in het bloed. Rooibos en honeybush bevatten zelfs geen cafeïne.

‘Ik leerde in Nederland dat bij elk gerecht een andere thee past. Mensen zijn aangenaam verrast over het lekker samengaan van thee en een gerecht. Bij een chocoladedessert past zwarte Aziatische thee, een fruitdessert kan je dan weer combineren met een camelliathee met een fruitig aroma. Bij vis kies ik een camelliathee die dicht bij de oceaan geteeld is, zodat er een zilte smaak in zit.’ In het boek geeft Veerle ook enkele receptjes mee voor leuke theecocktails en -desserten.

Marijke Pots

Meer informatie over het boek en de workshops vind je op www.tastingtea.be. Je kan er ook het boek en verschillende soorten kwaliteits thee bestellen.

Matcharoomijs Dessert op basis van thee

Matcha, de zuiverste Japanse thee, is uitstekend om desserts, zoals roomijs, een frisgroene kleur te geven.

Ingrediënten (voor 0,5 liter roomijs)

- > 4 afgestreken koffielepels matcha
- > 50 ml water
- > 2 eierdooiers
- > 60 g suiker
- > 200 ml opgeklopte slagroom

Bereiding

Los de matcha op in 50 ml water. Voeg de eierdooiers, de suiker en de slagroom toe. Meng het geheel voorzichtig. Schakel de ijsmachine in en laat het mengsel draaien volgens de instructies. Thee kan rekenen op een eeuwenoude traditie, maar biedt ook belangrijke inspiratie voor nieuwe trends. Door het bestaan van vele soorten en smaken zijn de mogelijkheden van thee eindeloos. Gecombineerd met andere dranken creëert thee een compleet nieuwe dimensie.

Uit het boek *Puur Thee*.